



## 圧力IH炊飯ジャー保証書

持込修理

取扱説明書、本体表示などの注意書きに従った使用状態で保証期間内に故障した場合には、無料修理いたします。製品と本書をご持参のうえ、お買い上げの販売店にお申しつけください。製品のある場所での出張修理や製品輸送の場合は、出張料や輸送料などの実費を申し受けます。

型 名	NP-HJ10/NP-HJ18		修理メモ
※お客様	お名前 		
	ご住所 〒 		
※お買い上げ日 年 月 日	※販売店名・住所		
保証期間	お買い上げ日より <b>本体1年</b>		

※印欄に記入のない場合は無効となりますので、必ずご確認ください。

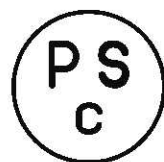
- ご転居・ご贈答品などでお買い上げの販売店に修理をご依頼になれない場合は、弊社のお客様ご相談窓口にご連絡ください。
- 保証期間内でも次の場合には有料修理になります。
  - (イ) 使用上の誤りや不当な修理・改造による故障および損傷。
  - (ロ) お買い上げ後の輸送・移動・落下などによる故障および損傷。
  - (ハ) 火災・地震・水害・落雷・その他の天災地変、公害・塩害・ガス害(硫化ガスなど)、異常電圧・指定外の使用電源(電圧・周波数)などによる故障および損傷。
  - (ニ) 一般家庭用以外(たとえば業務用など)に使用された場合の故障および損傷。
  - (ホ) 車両・船舶などに搭載された場合の故障および損傷。
  - (ヘ) 本書のご提示がない場合。
  - (ト) 本書にお買い上げ年月日・お客様名・販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書きかえられた場合。
  - (チ) 消耗品などの交換。
- 本書は日本国内においてのみ有効です。  
This warranty is valid only in Japan.
- 本書は盗難・火災などの不可抗力以外で紛失された場合は再発行いたしませんので、大切に保管してください。

- お客様にご記入いただいた記載内容は、保証期間内のサービス活動およびその後の安全点検活動のために利用させていただきますので、ご了承ください。
- この保証書は、本書に明示した期間・条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがって、この保証書によって保証書を発行している者(保証責任者)およびそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理などについてご不明の場合は、お買い上げの販売店または弊社のお客様ご相談窓口にお問い合わせください。

象印マホービン株式会社

〒530-8511 大阪市北区天満1丁目20番5号 ☎(06)6356-2451

## 圧力炊飯するため PSCマーク・SGマーク取得



### PSCマーク

経済産業省が定めた「消費生活用製品安全法」の家庭用の圧力なべ及び圧力がまの安全基準に適合していることを示します。



### SGマーク

製品安全協会が定めたSG基準に合格したことを示し、万一製品の欠陥による人身事故が生じた場合、賠償措置がとられます。

NP-HJ型 ©(B)A

## 圧力IH炊飯ジャー 極め炊き®

型名 NP-HJ10型 1.0Lサイズ  
NP-HJ18型 1.8Lサイズ

## 取扱説明書・お料理ノート

- 圧力IH炊飯ジャーは内部が高圧になるため、取り扱いを誤ると危険です。この取扱説明書をお読みになり、正しくお使いください。



- このたびは、お買い上げいただき、まことにありがとうございました。
- お読みになったあとは、大切に保管してください。

保証書つき

## もくじ

## お使いになるまえに

安全上のご注意	2
各部のなまえと扱い方	6
おいしく炊いて・おいしく保温	8
時刻の合わせ方	9
報知音の種類と切りかえ方	9

## 使い方

ご飯の炊き方	
基本的な炊き方	10
無洗米選択	12
いろいろなご飯を炊く	14
低め保温 高め保温	16
あったか再加熱	17
タイマー予約炊飯	18

## お料理ノート

五目ご飯 七草がゆ	20
ちらしずし 赤飯	21

## お手入れ

お手入れ	22
部品の交換・購入について	25

## 困ったときに

故障かなと思ったとき	26
こんな表示をしたとき	28
アフターサービス	29
お客様ご相談窓口	29
仕様	30
保証書	裏表紙

# 安全上のご注意 必ずお守りください

お使いになる人や他の人への危害、財産の損害を未然に防止するため、必ずお守りいただくことを説明しています。

■誤った使い方をしたときに生じる危険や損害の程度を、次の区分で説明しています。

**⚠ 警告** 死亡や重傷に結びつく恐れがある内容です。


**⚠ 注意** 軽傷または家屋・家財などの損害に結びつく恐れがある内容です。

## ⚠ 警 告

### 圧力炊飯を安全にするために

炊飯中に圧力がかかるため取り扱いを誤ると危険です。

内容物がふき出して、やけど・けがをすることがあります。




**取扱説明書・お料理ノートに記載の炊飯・保温以外の用途に使わない**

蒸気経路が詰まり炊飯中に外ふたと本体の間から蒸気がもれたり、外ふたが開く恐れがあります。

- 分量の増えるねりもの(はんぺんなど)や煮豆などの豆類を主に使う料理  
(赤飯はあずきを先にゆでてから調理してください。)
- 急激に泡の出る重そうなどを使う料理
- のり状になるカレーやシチューのルーなどの料理
- 多量の油を入れる料理
- ジャムなどの泡立つ料理
- 食材をポリ袋などに入れて加熱する料理
- クッキングシートなどの落としづたを入れた料理や蒸し物
- 「七草がゆ」などの青菜入りのおかゆは最初から青菜を入れて炊かない

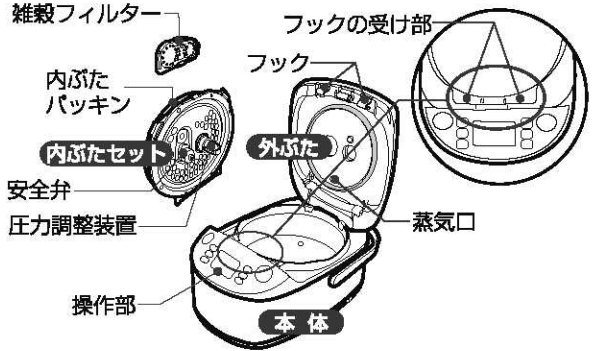
**圧力炊飯中は絶対に外ふたを開けたり移動させない**





**圧力炊飯まえに、フックの周囲・フックの受け部・本体と外ふたの間・内ふたパッキン・圧力調整装置・安全弁・雑穀フィルター・蒸気口の周囲に米粒や異物がないことを確認し、外ふたは「カチッ」と音がするまで確実に閉める**

- ご飯粒や米粒などの異物があると外ふたが完全に閉まらず、炊飯中に外ふたと本体の間から蒸気がもれたり、外ふたが開いて内容物がふき出す恐れがあります。
- ご飯粒や米粒などの異物があると外ふたが開かなくなることがあります。

**炊飯の途中で外ふたを開ける場合は、操作部の圧力表示が消えているのを確認してから、外ふたを開ける**




 **改造はしない。また、修理技術者以外の人**は分解したり修理をしない  
火災・感電・けがの原因になります。修理はお買い上げの販売店または弊社のお客様ご相談窓口にご相談ください。


 **蒸気口に手を触れない**  
やけどをすることがあります。特に乳幼児にはさわらせないようにご注意ください。

●お買い上げの製品と本書に記載したイラストは異なることがあります。


■お守りいただく内容を、次の区分で説明しています。

 してはいけない「禁止」内容です。

 実行しなければならない「指示」内容です。



**ぬれた手で差し込みプラグを抜き差ししない**  
感電・けがをすることがあります。




**コードや差し込みプラグが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない**  
感電・ショート・発火の原因になります。

**コードを傷つけない**  
無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、高温部に近づけたり、重いものをのせたり、挟み込んだり、加工したりするとコードが破損し、火災・感電の原因になります。

**交流100V以外では使用しない**  
火災・感電の原因になります。

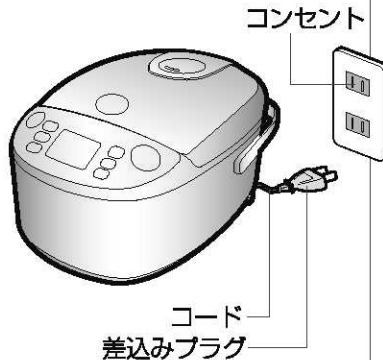
**差し込みプラグに蒸気を当てない**  
コンセントに差した差し込みプラグに蒸気を当てるとショートや発火の原因になります。スライド式テーブルでは差し込みプラグに蒸気が当たらない位置でお使いください。




**差し込みプラグはコンセントの奥までしっかり差し込む**  
感電・ショート・発煙・発火の原因になります。

**定格15A以上のコンセントを単独で使う**  
他の器具と併用すると分岐コンセント部が異常発熱して発火することがあります。

**差し込みプラグの刃(プラグの先端)および刃の根元にほこりが付着している場合は、よくふく**  
火災の原因になります。






**異常・故障時には直ちに使用を中止する**  
そのまま使用すると発煙・発火・感電・けがに至る恐れがあります。


**〈異常・故障例〉**

- 差し込みプラグ・コードが異常に熱くなる
- コードに傷がついたり、触れると通電したりしなかったりする
- 本体が変形したり、異常に熱い
- 本体から煙が出たり、焦げくさいにおいがする
- 本体の一部が割れたり、ゆるみやがたつきがある
- 炊飯中、底部のファンが回っていない など

**このような場合は、すぐに差し込みプラグを抜いて、販売店に必ず点検・修理を依頼する**




**吸・排気口やすき間にピンや針金および金属物などの異物を入れない**  
感電や異常動作してけがをすることがあります。




# 安全上のご注意 つづき

## ⚠ 警 告




水につけたり、水をかけたりしない  
本体内部にも水を入れない  
ショート・感電の恐れがあります。




子供だけで使わせたり幼児の手の届く  
ところで使わない  
やけど・感電・けがをする恐れがあります。


## ⚠ 注 意



使用中や使用直後は、高温部に  
触れない  
また外ぶたを開けるときの蒸気、  
ご飯をほぐすときには手がなべ  
などに当たらない  
ように注意する  
やけどの原因になります。  
特に  
内ぶたセット、  
なべなどの  
金属部



本体を持ち運ぶときは、プッシュボタンに  
触れない  
外ぶたが開いて、けが・やけどを  
することがあります。



水のかかるところや、火気の近くでは  
使用しない  
感電・漏電・変形の原因になります。


専用なべ以外は使用しない  
なべが過熱したり、異常動作の原因になります。

壁や家具の近くで使わない  
キッチン用収納棚などで使うときは、  
中に蒸気がこもらないようにする  
蒸気または熱で壁や家具を傷め、変色・変形の原因に  
なります。

不安定な場所や熱に弱い敷物の上では  
使用しない 火災の原因になります。

アルミシート・電気カーペットの上で使用  
しない  
アルミ材が発熱し、発煙・発火の原因になります。

荷重強度が不足しているスライド式テーブル  
では使わない  
スライド式テーブルが破損して炊飯ジャーが落下し、  
けが・やけどの原因になります。  
荷重強度は、1.0Lタイプで15kg以上、1.8Lタイプで  
20kg以上のものをお使いください。



お手入れは冷めてから行う  
高温部に触れ、やけどの恐れがあります。

差込みプラグを抜くときは、コードを  
持たずに必ず先端の差込みプラグを  
持って引き抜く  
感電・ショートして発火することがあります。

コードを巻き取るときは差込みプラグを  
持って行う  
差込みプラグが当たって、けがをすることがあります。

心臓用ペースメーカーなどをお使いの方は、  
本製品のご使用にあたって医師とよくご相談  
ください  
本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることが  
あります。



使用時以外は、差込みプラグをコンセントから抜く  
けが・やけど・絶縁劣化による感電・漏電火災の原因になります。

## お願い

磁気に弱いものを近づけない  
テレビ・ラジオ・インターホン・無線機・電話などは、雑音の入る  
恐れがあります。キャッシュカード・自動改札用定期券・カセット  
テープなどは、記憶が消える恐れがあります。

水をかけたり水分を含んだものの上に置かない  
感電・故障の原因になります。

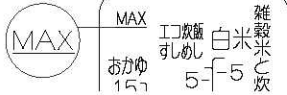
IHクッキングヒーターの上で使わない  
故障の原因になります。

直射日光が当たる所で使わない  
変色の恐れがあります。

他の電気機器に蒸気が当たる場所では  
使用しない  
蒸気により、電気機器の火災・故障・変色・変形の原因に  
なります。

吸・排気口をふさぐような場所(紙・布・  
じゅうたん・ビニール袋・アルミシートなどの上)  
で使用しない  
故障の原因になります。

本体(特に蒸気口)には、ふきんなどをかけない  
本体や外ぶたなどの変形・変色の原因になります。

なべの3分の2(なべに表示しているMAXの線)  
以上に水を入れて炊飯  
しない  


なべに傷をつけたり変形させない  
うまく炊けない原因になります。

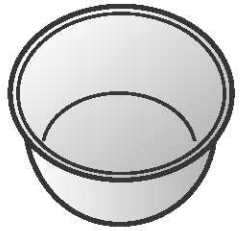
本体庫内やなべにご飯粒や米粒などの異物が  
ついたまま使用しない  
うまく炊けない原因になります。

空だきをしない  
故障の原因になります。

## なべを傷めないために

なべのフッ素被膜は傷がつくと、はがれる原因になりますので、ていねいな取り扱いを  
お願いします。フッ素被膜を傷めないために次のことをお守りください。

- 〈準備のとき〉
- 米に混じっている異物(石など)を取り除いてから米を洗う
  - 泡立て器などで洗米しない
  - 金属製のざるをあてて洗米しない
  - 炊飯ジャー以外では使わない
- 〈炊き上がったとき〉
- なべで酢を混ぜない(すしめしなど)
  - 金属製のおたまは使わない(おかゆなど)
  - たたいたりしない(よそうときなど)
- 〈お手入れのとき〉
- スプーンや食器類を入れない
  - 調味料を使った場合は、すぐに洗う
  - スポンジなどの柔らかいもので洗う
  - シンナー・ベンジン・みがき粉・たわし類(ナイロン・金属製など)・漂白剤などを使わない

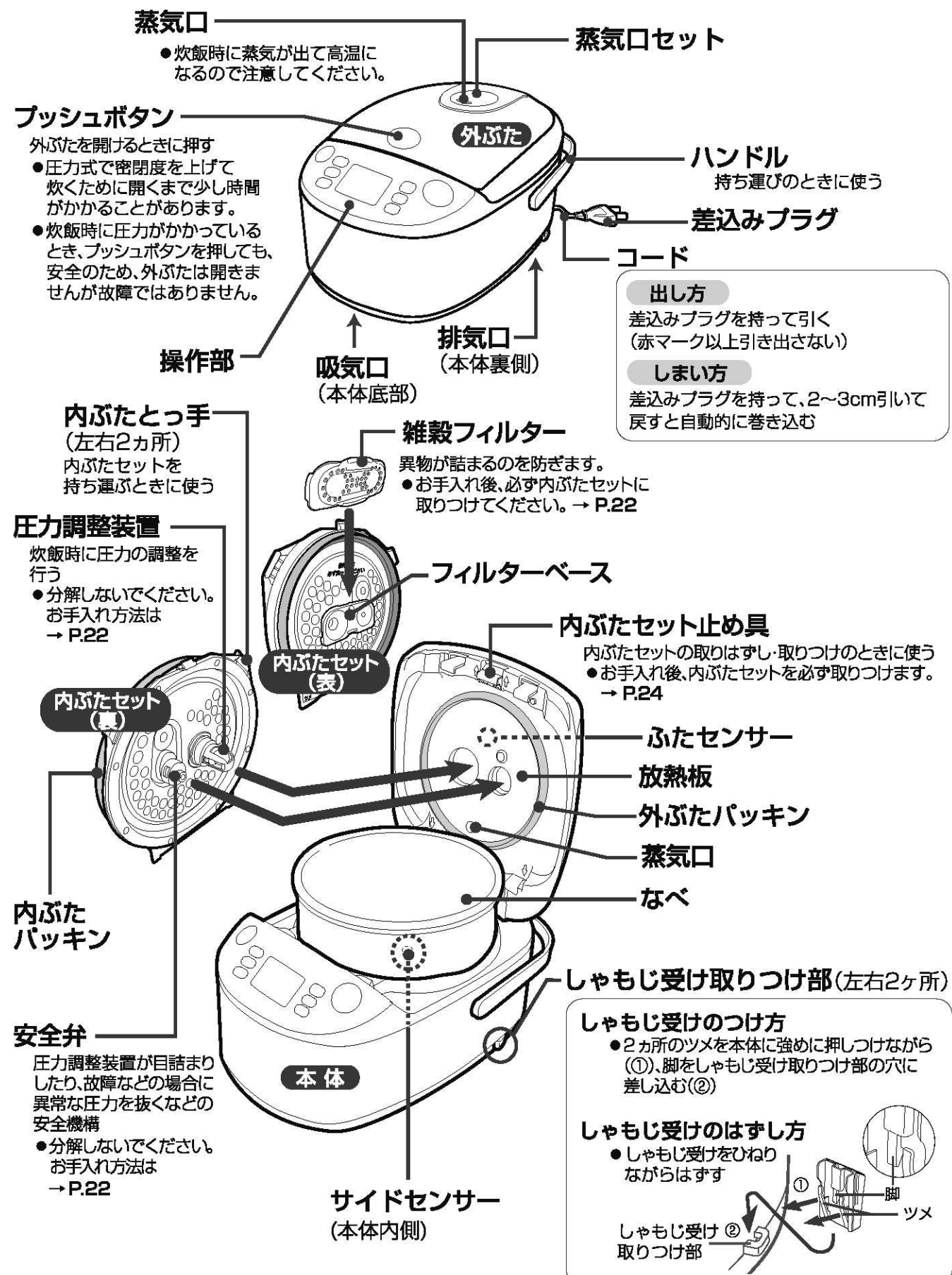


お  
知  
ら  
せ

なべのフッ素被膜は使用により消耗します。  
●色むらができたり、はがれることがあります。性能や衛生上の支障はありません。人体への影響(害)  
はなく炊飯・保温をするうえで問題なくご使用いただけます。  
●フッ素被膜のはがれが気になるときや、なべが変形したときは、購入できます。→P.25

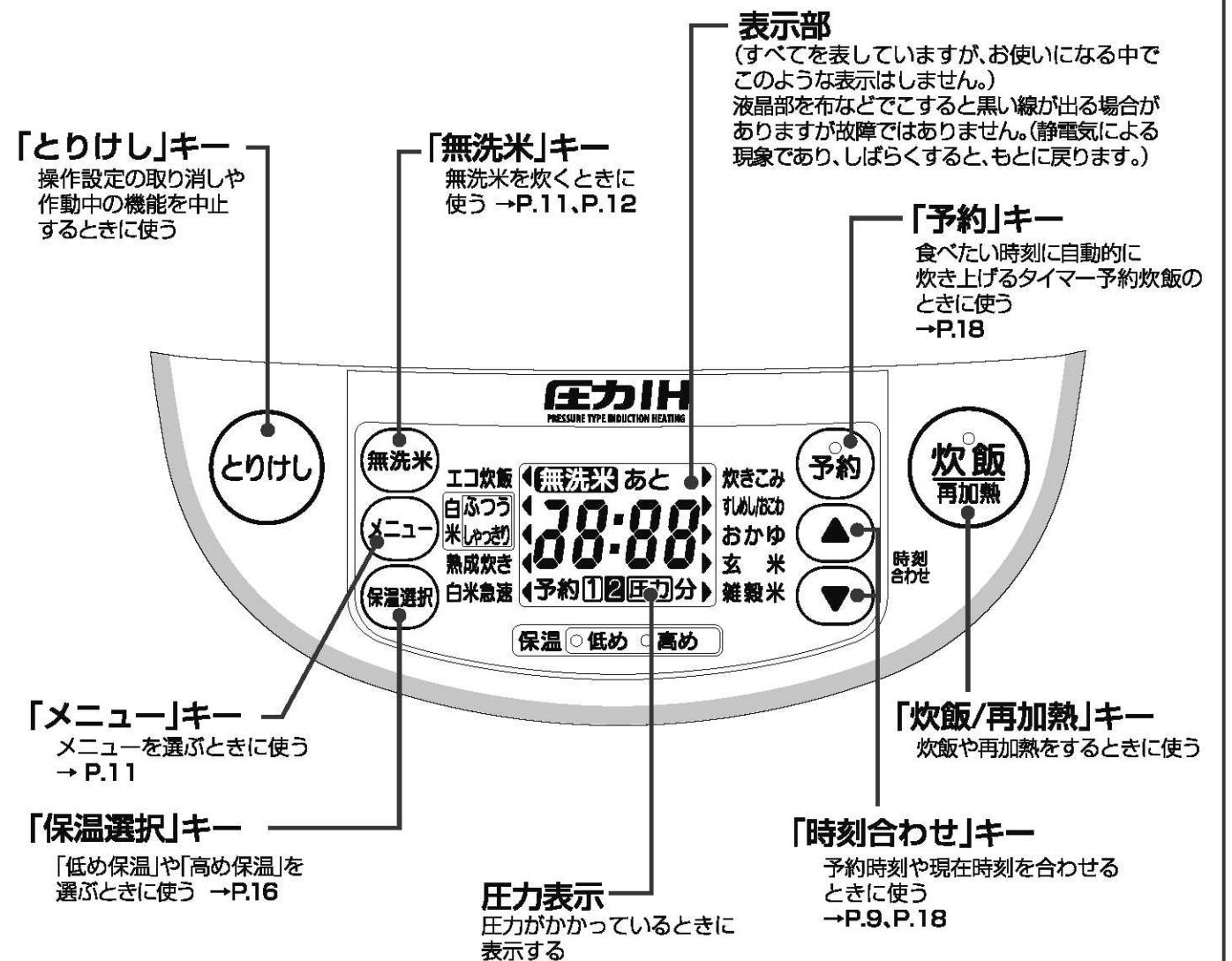


## 各部のなまえと扱い方

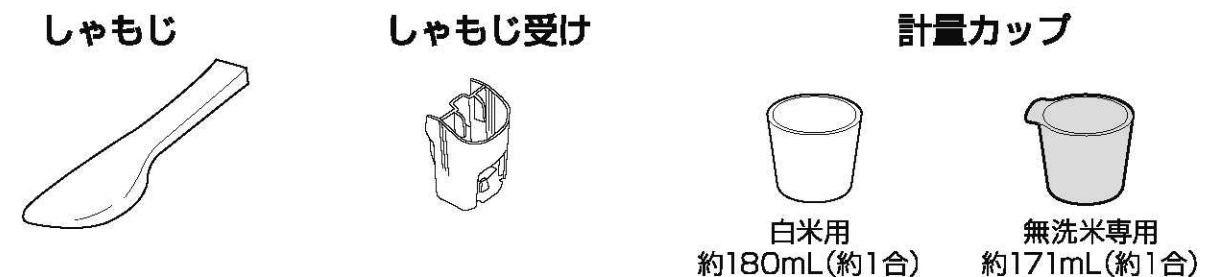


## 操作部

- キーは確実に押してください。
- 報知音の変化や、「炊飯/再加熱」キー、「とりけし」キー中央の(●、—)は、目の不自由な方へ配慮したものです。



**付属品**



# おいしく炊いて・おいしく保温

## おいしく炊く

●米を正しく計る  
必ず付属の計量カップすりきりで計ります。計量米びつや市販のカップ(200mL)では、差が出ます。

●手早く洗う 米を手早く「洗う」ために、水をためるボウルを用意してください。

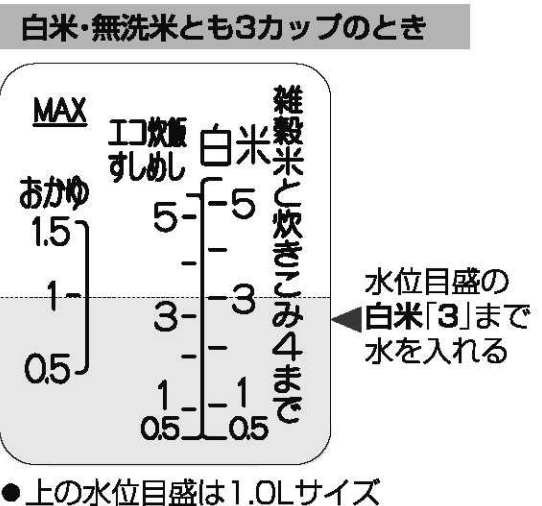
- ①すすぐ…最初はたっぷりの水で大きく2〜3回かき混ぜ(約10秒以内)、水はすぐに捨てる(2回繰り返す)
- ②洗う…手の指を立て、米を30回(約15秒)かき混ぜるようにして洗い、その後たっぷりの水で大きくかき混ぜ、水はすぐに捨てる  
これを1セットとして2〜4セット繰り返す
- ③すすぐ…最後にたっぷりの水で手早く2回すすぐ  
(①〜③を10分以内で行えるようにする)



米の種類	軟質米・胚芽精米	新米	古米・硬質米
水加減	水位目盛どおり	水位目盛より少なめ	水位目盛より少し多め

●アルカリ度の強い水を使わない  
アルカリ度の弱い水(pH9以下)を使用してください。黄変したり、べたついたご飯になります。

●炊き上がったら、すぐにほぐす  
余分な水分が逃げて、ふっくらおいしくなります。炊き上がり10分以内が目です。そのままにしておくとご飯がかたまり、べたついたり、焦げたりします。



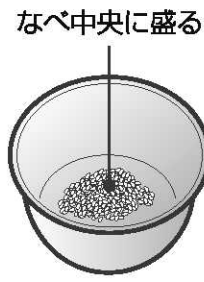
## おいしく保温

●なべの中でご飯を保存する場合は、必ず保温機能を使う  
●差込みプラグを抜いた状態、または、保温を取り消した状態で保温機能を使わずになべの中でご飯を保存するといやなにおいの原因になります。

●ご飯の乾燥・べちゃつき・いやなにおい・変色を防ぐために、このような保温はしない

- 少量のご飯を長時間保温
- 24時間(「高め保温」では12時間)以上
- ご飯のつぎだし
- 冷めたご飯からの保温
- 炊きこみ・おこわなどの具や調味料を加えて炊いたご飯
- コロッケ・みそ汁などご飯以外のもの
- しゃもじを入れたまま

●少量のご飯はなべ中央に盛る  
●保温するご飯の量が少なくなった場合は、乾燥したり、べちゃつきやすくなりますので、なべ中央に盛って保温してください。



# 時刻の合わせ方 報知音の種類と切りかえ方

## 時刻の合わせ方

時計は24時間表示です。室温などにより多少誤差を生じることがあります。時刻がずれているときは、次の手順で合わせてください。

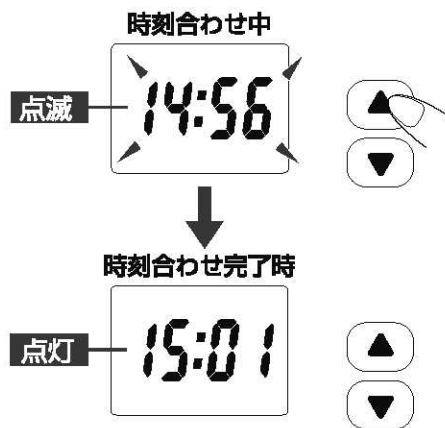
- 時刻がずれていると、予約した時間に炊き上がりません。
- 炊飯・再加熱・低め保温・高め保温・タイマー予約炊飯中は時刻合わせできません。

例：現在時刻が15:01で、表示が14:56のとき

1 なべを入れ、差込みプラグを差し込む

2 「時刻合わせ」キーの ▲ または ▼ を押し、表示を現在時刻に合わせる  
時刻表示が点滅する

- ▲ キー：1分単位で進む ●押し続けると10分単位で早送りができます。
- ▼ キー：1分単位で戻る



3 点滅が点灯に変わると時刻合わせ完了  
現在時刻に合わせたあと、3秒たつと点滅が点灯にかわります。

## 報知音の種類と切りかえ方

●この製品にはお知らせメロディー機能がついています。炊飯開始・タイマー予約操作完了・炊飯終了などをメロディー音で報知する機能です。

報知音を次の中から選ぶことができます。

報知音の種類と用途	メロディー報知	ブザー報知	サイレント報知
	この製品の標準の報知音。工場出荷時は、この設定になっています。	メロディー報知をブザー音に変えたいときに。	報知音を消したいときに。
鳴るタイミング			
炊飯を開始するとき	きらきら星		「ピッ」
タイマー予約操作が完了したとき	きらきら星		「ピッ」
炊飯・再加熱が終了したとき	アマリリス	「ビー」×5回	鳴りません

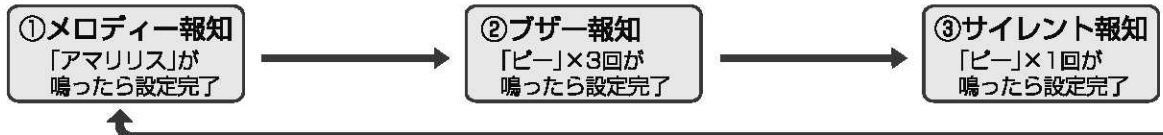
1 なべを入れ、差込みプラグを差し込む

2 予約 を3秒以上押す

3 切りかえたい報知の設定完了音が鳴ったら切りかえ完了

- 再加熱開始時のメロディー音は切りかえることができません。
- 炊飯中・保温中・タイマー予約炊飯中は切りかえることができません。
- 操作がうまくできないときは再度1からやり直してください。

報知音の切りかわりと設定完了音 ●報知は「予約」キーを3秒以上押すごとに①→②→③と切りかわります。



●一度切りかえると切りかえた報知音は差込みプラグを抜いても記憶されます。

# ご飯の炊き方

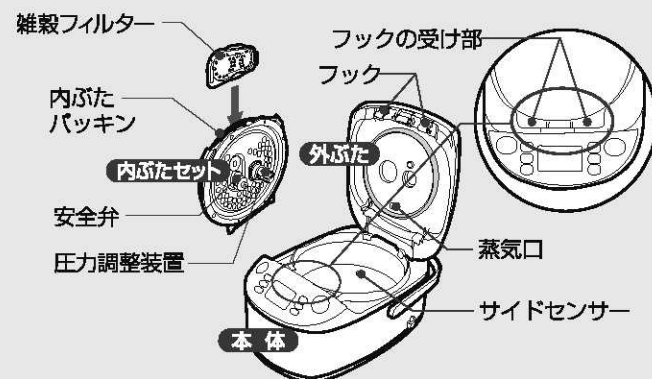
## 基本的な炊き方

- 工場出荷時の炊飯メニューは「エコ炊飯」に設定されています。
- 初めてお使いになるときは、なべ・内ぶたセット・蒸気口セット・付属品を洗ってください。→P.22～P.25

### 1 炊飯まえに確認する

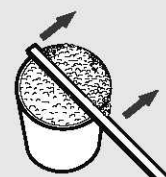
右図の各部にご飯粒などの異物が付着しているときはお手入れをしてください。→P.22

- ご飯粒や米粒などの異物があると外ぶたが完全に閉まらず、炊飯中に外ぶたと本体の間から蒸気かもれたり、外ぶたが開いて内容物がふき出す恐れがあります。



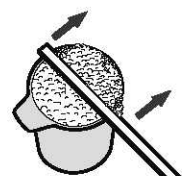
### 2 付属の計量カップで米を計る

米の計量は、付属の計量カップを用い、すりきりで計ります。



白米・玄米・発芽玄米  
→「白米用」の計量カップで  
約180mL(約1合)

#### 無洗米を炊く場合



「無洗米専用」の計量カップで  
約171mL(約1合)

### 3 米を洗って、水加減をする

米の洗い方 →P.8「おいしく炊く/手早く洗う」参照

平らな台の上で、炊きたいメニューの目盛に合わせて水を入れてください。→P.14

米を平らにならしめます。

水の量は、米のカップ数に合わせてください。

- 水に浸さなくてもすぐに炊けます。  
浸しておくと、少しやわらかめに炊き上がります。

#### 無洗米を炊く場合

無洗米のひと粒ひと粒が水になじむように2～3回やさしくかき混ぜてから、水加減をする

水位目盛は、白米の場合と同じです。

- 無洗米は、精米製法などにより米の表面にデンプン質が多く残っている場合があります。米のデンプン質で、水が白くにごっていると焦げ・ふきこぼれ・炊き上がりが悪くなる原因になります。白くにごるときは、1～2度水を入れかえてすすぎます。

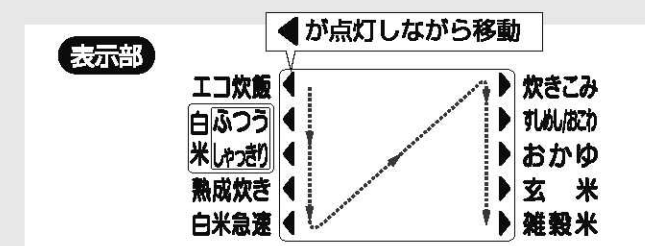
### 4 なべを本体に入れて、内ぶたセットと蒸気口セットを取りつけ、外ぶたを閉め、差込みプラグを差し込む

なべ外側・本体庫内の水分や異物をふき取り、なべを本体に入れます。

- 雑穀フィルターを必ず内ぶたセットに取りつけてください。
- 圧力式の炊飯のためパッキンの密閉度が高く、外ぶたを閉めるときにかたいことがあります。  
外ぶたは「カチッ」と音がするまでゆっくりと確実に閉めてください。

### 5 メニューを押して、メニューを選ぶ

キーを押すごとに、表示部の「◀」が移動します。



- キーを押し続けると、メニューが連続で進みます。  
「エコ炊飯」に戻ると止まります。
- 「エコ炊飯」「白米(ふつう・しゃっきり)」「熟成炊き」「玄米」「雑穀米」は、一度選んで炊飯すると、次に選び直して炊飯するまで記憶されます。

#### 無洗米を炊く場合

無洗米を押し、表示部に無洗米が表示されたら、メニューを押してメニューを選ぶ

- 無洗米での「玄米」は選べません。

→P.12「無洗米選択」参照

### 6 炊飯/再加熱を押す

炊飯/再加熱ランプが点灯し、炊飯開始のメロディー(ブザー)が鳴ります。  
表示部に炊き上がりまでの目やす時間(分)を表示します。

- ご飯粒や米粒などの異物があると外ぶたが完全に閉まらず、炊飯中に外ぶたと本体の間から蒸気かもれたり、外ぶたが開いて内容物がふき出す恐れがあります。
- 保温ランプが消えているか確認して「炊飯/再加熱」キーを押してください。  
保温ランプが点灯していると「再加熱」に入ります。→P.17
- 炊飯中に現在時刻を知りたいときは「時刻合わせ」キーの(▲)または(▼)を押してください。内蔵のリチウム電池が切れて、現在時刻を合わせていないときは、現在時刻は表示されません。



- 炊き上がりまでの残り時間は目やすです。  
実際の炊き上がり時間は、室温・水温・電圧・水加減などによりかわります。
- むらしに入ると炊き上がりまでの残り時間を調整します。調整の際、残り時間が一度に進んだり、戻ったりする場合があります。

### 7 炊き上がりのメロディー(ブザー)が鳴り、保温に切りかわったらすぐにご飯をほぐす

蒸気が出ないことや圧力の表示が消えていることを確認してから外ぶたを開けてください。

炊き上がると自動的に保温に移り、低め保温ランプが点灯し、1時間(h)単位で保温経過時間を表示します。

すぐにほぐして余分な水分を逃がすことで、ご飯のかたまり・べたつきをおさえます。

- ご飯をほぐすときは、やけなどに十分注意して行ってください。
- 保温を取り消して、再び保温にすると「0h」の表示に戻ります。
- 炊飯終了時の報知音は他の報知のしかたに切りかえることができます。  
→P.9





ご飯の炊き方 っづき

8 使用後は **とりけし** を押し、差込みプラグを抜く

お願い

蒸気が出ないことや**圧力**の表示が消えていることを確認してから外ぶたを開けてください。

- 炊飯途中で外ぶたを開けたり、炊飯を止める場合、「とりけし」キーを1秒以上押します。蒸気口から蒸気が勢いよく出ますので注意してください。
- 圧力**の表示が消えたあとでも、プッシュボタンが重く感じたら無理に外ぶたを開けず、冷ましてから開けてください。内容物がふき出して、やけどの恐れがあります。
- 圧力をかけているメニューでは、炊飯開始から約10分で圧力がかかります。圧力がかかり始めてから保温になるまでは、安全のため、外ぶたを開けないでください。

お知らせ

- 炊飯の状態により、炊き上がったご飯の底面がうすく焦げることがあります。
- 米をつつみこんで炊くために、ご飯の中央部がややくぼむことがあります。
- 連続して炊く場合や保温をやめてすぐ炊く場合は50分以上冷ましてください。本体や外ぶたの温度が高いとうまく炊けません。

アドバイス

本体や外ぶたを早く冷めたい場合、下記の方法をお試しください。

- なべに冷水を入れ、本体庫内を冷やす
- 外ぶたを開け、内ぶたセットをはずして放熱板を冷ます

無洗米選択

無洗米選択のしかた

1 **無洗米** を押し、表示部に **無洗米** を表示させる

- 「玄米」がメニュー選択されている状態で「無洗米」キーを押すと、メニューは「エコ炊飯」へ移ります。

「無洗米」が表示

エコ炊飯

白ふつ

米しゃ

熟成炊

白米急

**無洗米**

7:00

炊きこみ

しゃめ

おかゆ

玄米

雑穀米

2 無洗米選択を完了

無洗米選択の解除

1 **無洗米** を押し、表示部の **無洗米** を消す

「無洗米」が消える

エコ炊飯

白ふつ

米しゃ

熟成炊

白米急

炊きこみ

しゃめ

おかゆ

玄米

雑穀米

2 無洗米選択の解除を完了

炊き上がりまでの時間の目やす・圧力をかけているメニュー

	圧力をかけているメニュー	普通の米		無洗米	
		1.0Lサイズ	1.8Lサイズ	1.0Lサイズ	1.8Lサイズ
エコ炊飯	●	約55分～1時間5分	約55分～1時間10分	約55分～1時間5分	約55分～1時間10分
白米	ふつ	約50分～1時間		約50分～1時間	
	しゃっきり	約45分～55分		約45分～55分	
熟成炊き	●	約1時間5分～1時間15分		約1時間5分～1時間15分	
白米急速	●	約24分～35分	約30分～45分	約24分～35分	約30分～45分
炊きこみ	●	約55分～1時間5分		約1時間～1時間10分	
すしめし		約55分～1時間5分		約55分～1時間5分	
おかわ		約55分～1時間5分		約55分～1時間5分	
おかゆ		約1時間～1時間15分		約1時間～1時間15分	
玄米	●	約1時間10分～1時間30分		—	
雑穀米	●	約55分～1時間5分		約1時間5分～1時間15分	
発芽玄米※	●	約50分～1時間10分		約50分～1時間10分	

●電圧100V・室温20℃・水温18℃の場合。  
●時間は炊飯をはじめてから保温になるまでの時間です。また電圧・室温・季節・水加減などによりかわります。  
●炊きこみは、米に調味料をしっかりと含ませおいしく炊き上げるため、炊き上がりまでの時間が長くなります。  
（予熱の時間が約30分かかります。）  
※発芽玄米は、白米の「ふつ」メニューで炊いてください。

ご飯の炊き方 っづき

いろいろなご飯を炊く

- 無洗米をお使いの場合は、P.10、P.11「無洗米を炊く場合」参照
- 無洗米の計量は、「無洗米専用」の計量カップをご使用ください。

メニュー

▼「メニュー」キーに設定されているメニューです。

メニュー	米	選択メニュー	水位目盛
エコ炊飯	白米/無洗米	エコ炊飯	エコ炊飯
白米 ふつつ	白米/無洗米	白米 ふつつ	白米
白米 しゃっきり	白米/無洗米	白米 しゃっきり	白米
熟成炊き	白米/無洗米	熟成炊き	白米
白米急速	白米/無洗米	白米急速	白米
炊きこみ	白米/無洗米	炊きこみ	白米
すしめし	白米/無洗米	すしめし/おこわ	すしめし
おこわ	もち米・白米/無洗米	すしめし/おこわ	おこわ (もち米と白米を混ぜた場合は少し多め)
おかゆ	白米/無洗米	おかゆ	おかゆ
玄米	玄米	玄米	玄米
雑穀米	雑穀米・白米/無洗米	雑穀米	白米

その他

▼選択メニュー欄にあるメニューで炊飯できます。

その他	米	選択メニュー	水位目盛
麦混ぜご飯	白米/無洗米・押し麦	白米 ふつつ	白米
胚芽精米	胚芽精米	白米 ふつつ	白米
発芽玄米	発芽玄米・白米/無洗米	白米 ふつつ	白米
分づき米 (3分づき)	3分づき米	玄米	玄米 (玄米の水位目盛より少し少なめ)
分づき米 (5分・7分づき)	5分・7分づき米	白米 ふつつ	白米 (白米の水位目盛より少し多め)

エコ炊飯について

ご飯がかたく感じるときは、次のようにするとやわらぎます。

- 炊き上がってほぐしてから、しばらく置く
- あらかじめ米を浸してから炊飯する

1回当たりの炊飯時消費電力量の比較

	1.0L (3カップ)	1.8L (4カップ)
エコ炊飯	138Wh	182Wh
白米 ふつつ	208Wh	279Wh

省エネ法：特定機器「電気ジャー炊飯器」の測定方法による数値

炊飯容量(カップ数)	アドバイス
1.0L:0.5~5.5 1.8L:1~10	●消費電力量をおさえてご飯を炊き上げます。少しかために炊き上がります。
1.0L:0.5~5.5 1.8L:1~10	●この製品の標準(ふつつ)のかたさに炊き上げます。
1.0L:0.5~5.5 1.8L:1~10	●粘り少なめでしゃっきりとしたご飯に炊き上げます。
1.0L:0.5~5.5 1.8L:1~10	●じっくりと時間をかけて米の旨みをひきだすメニューです。
1.0L:0.5~5.5 1.8L:1~10	●白米を早く炊きたいときに選びます。少しかために炊き上がります。
1.0L:0.5~4 1.8L:2~6	●具は米の質量(重さ)の30~50%が適量です。 ●具は小さめに切り、米の上にのせて米と混ぜずに炊きます。 ●調味料はだし汁や水などで薄めて米に加え、水加減したあと、なべの底からよく混ぜます。 薄めなかったり、よく混ぜないと焦げがきつくなったり、うまく炊けないことがあります。
1.0L:0.5~5.5 1.8L:1~10	
1.0L:1~4 1.8L:2~6	●具は水加減をしたあと、米の上にのせます。 ●調味料はだし汁や水などで薄めて米に加え、水加減したあと、なべの底からよく混ぜます。
1.0L:0.5~1.5 1.8L:0.5~2.5	●具は米の質量(重さ)の30~50%が適量です。 ●具は小さめに切り、米の上にのせて米と混ぜずに炊きます。 ●煮えにくい具は、やや少なめにしてください。 ●青菜類は、あらかじめゆでるなどし、必ず炊き上がってから加えます。 ●玄米・分づき米は炊けません。
1.0L:1~4 1.8L:2~8	●白米を混ぜて炊飯すると、ふきこぼれたり、うまく炊けないことがありますのでおすすめできません。
1.0L:0.5~4 1.8L:2~6	●雑穀を混ぜる割合は、炊飯量の10%以下にします。 ●雑穀の種類や配合によってかたさが異なります。

炊飯容量(カップ数)	アドバイス
1.0L:0.5~5.5 1.8L:1~10	●押し麦を混ぜる割合は、炊飯量の20%以下にします。 (例)1カップ炊飯の場合…白米:0.8カップ/押し麦:0.2カップ
1.0L:0.5~5.5 1.8L:1~10	●洗米は胚芽が取れないよう、優しく手早く洗います。(胚芽は取りやすいため)
1.0L:0.5~4 1.8L:2~8	●タイマー予約炊飯および30分以上浸しての炊飯はしないでください。 ●発芽玄米の種類によっては、ふきこぼれたり、うまく炊けないことがあります。 ●発芽玄米機を使用して作った発芽玄米をお使いになる場合の炊き方は、発芽玄米機を販売しているメーカーに直接問い合わせてください。
1.0L:1~4 1.8L:2~8	●銘柄や精米度によっては、ふきこぼれたり、うまく炊けない場合があります。 →水加減をしてください。
1.0L:1~4 1.8L:2~8	